

# **PERKEMBANGAN EMOSI : EMOSI REMAJA DAN PEMBENTUKAN KONSEP KENDIRI**

## **(Part 2)**

Azizi Hj Yahaya

### **2. Definisi Emosi**

Menurut Mohd. Mansur & Siti Nordinar (1988) emosi merupakan suatu tindak balas dari seseorang manusia terhadap suatu bentuk stimulus ataupun gabungan reaksi dari keseluruhan organisma itu sendiri, yang dapat dilihat perkembangannya. Reaksi ini disertai oleh sama ada kekecewaan ataupun kejayaan. Seorang remaja mempunyai kehendak yang dinyatakan atau yang tersirat yang harus diterima oleh orang lain seperti, ibu bapa, dan rakan-rakannya. Seandainya kemahuan ini dipenuhi dia akan gembira, suka, bahagia dan berasa sayang. Tetapi sekiranya tidak dipenuhi, maka ia akan marah, takut, bimbang, cemburu, dengki dan penuh dengan kemurungan. Yang mendorong semua perkara di atas ialah emosi, iaitu penyesuaian psikologi yang sementara pada seseorang individu (Mohd. Mansur & Siti Nordinar, 1988).

#### **2.1 Komponen Emosi**

Menurut Kasmini ( 1998) secara umum emosi bermaksud perasaan. Manusia adalah golongan benda hidup yang mempunyai perasaan yang tinggi dan paling halus. Menurutnya lagi, Perasaan atau emosi ini mempunyai tiga komponen:

1. Perasaan dalaman tertentu yang dialami dan dirasai secara subjektif seperti rasa takut, suka, duka, marah dan benci.
2. Corak rangsangan fisiologi . Ini termasuk semua perubahan fisiologi dalam badan yang berlaku dalam setiap keadaan emosi seperti merasa jantung berdebar apabila berada dalam keadaan takut dan perut berasa tidak selesa apabila dalam keadaan cemas.
3. Corak penonjolan perasaan secara terbuka. Komponen ini merangkumi gerak geri badan dan perubahan pada air muka apabila timbulnya pelbagai perasaan dalaman. Seseorang akan bergerak dengan perlahan dan menundukkan kepala apabila berada dalam keadaan sedih atau mata kelihatan terbeliak dan kening berkerut apabila dalam keadaan takut.

CONTINUE...